

TOMATES CHERRY ASADOS



Fácil



45 min.



4 raciones



1,10 €/ración

INGREDIENTES

- 350g de tomates cherry
- 2 yogures griegos concha
- 2 c.s. de aceite de oliva virgen extra
- 4 dientes ajo
- 1 c.c. azúcar moreno
- 1 limón
- Tomillo o orégano
- Pimienta negra
- sal



ALÉRGENOS



LÁCTEOS

ELABORACIÓN

1. Enciende el horno a 200° C. Mientras se calienta, coloca los tomates en un bol y mézclalos con el aceite de oliva, el comino, el azúcar, el ajo cortado en láminas finas, el tomillo u orégano en rama, tiras de piel del limón, media cucharadita de sal y un poco de pimienta.
2. Pasa la mezcla para un tablero y hornea los tomates durante 20 minutos, hasta que empiecen a tostarse y a burbujejar.

3. Mientras los tomates se asan, mezcla el yogur con una cucharadita de ralladura y zumo de limón con un poco de sal y pimienta. Guarda la mezcla en la nevera.
4. Cuando los tomates estén listos, extiende el yogur en el plato y coloca en el centro los tomates.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

por ración	energía	hidratos de carbono	azúcares	grasas	grasas saturadas	proteínas	fibra	sal
	183 kcal	9,7 g	3,2 g	13,6 g	5,7 g	9,5 g	1,5 g	1 g

NUTRI-SCORE



¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Si tienes tomate cherry a punto de estropearse esta puede ser una buena receta para aprovecharlos.

CONSEJOS CONSCIENTES

- Esta receta original del chef Ottolenghi, de inspiración Medio Oriente, es una buena propuesta de entrante rico en proteínas y bajo en calorías.